

СОГЛАСОВАНО

Директор

УТВЕРЖДАЮ

ИП Васильев С.А.

Васильев С.А.

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В 1 — 4 КЛАССАХ												
СБ	МЕНЮ НА		Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
	Наименование блюда	Выход (гр)	белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe
	ЗАВТРАК											
302	Каша молочная рисовая с маслом слив.	205	5,29	7,57	34,62	229,59	0,04	1,16	0,04	0,21	111,49	0,49
ПР	Сыр порциями	15	5,75	5,97	0	90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04	0	0	0,04	8	0,44
945	Чай с молоком	200	3,12	2,51	24,69	146,3	0,03	1,3	0,02	0	120	0,1
	ИТОГО	480	18,96	16,65	89,11	604,49	0,12	2,63	0,12	0,38	459,49	1,28
	ОБЕД											
ТТК	Икра из моркови	60	1,08	2,46	5,58	49,3	0,037	2,46	0,008	0,13	28,37	0,8
149	Суп крестьянский с крупой на курином бульоне	200	1,57	4,87	10,71	90,04	0,04	9,88	0,22	1,96	35,92	0,94
516	Макароны отварные	150	5,37	4,68	32,39	196,87	0,05	0	0,02	0,83	4,06	0,81
498	Котлеты рыбные с соусом	100	4,05	4,2	8,05	84,06	0,05	7,75	0,5	0,95	18,1	0,6
638	Компот из изюма	200	6,5	10,85	63,77	266	0,03	3,48	0,04	0,38	3,48	0,69
ПР	Хлеб ржаной	40	2,34	0,27	16,8	73,5	0,026	44,68	0	2,68	62,25	5,5
	ИТОГО	750	19,83	24,87	131,72	710,47	0,20	65,79	0,78	6,80	123,81	8,54
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1230,00	38,79	41,52	220,83	1314,96	0,32	68,42	0,90	7,18	583,30	9,82

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В 5-11 КЛАССАХ

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В 5-11 КЛАССАХ												
	Наименование блюда		Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
		Выход (гр)	белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe
	ЗАВТРАК											
302	Каша молочная рисовая с маслом слив.	205	5,29	7,57	34,62	229,59	0,04	1,16	0,04	0,21	111,49	0,49
ПР	Сыр порциями	15	5,75	5,97	0	90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04	0	0	0,04	8	0,44
945	Чай с молоком	200	3,12	2,51	24,69	146,3	0,03	1,3	0,02	0	120	0,1
	ИТОГО	480	18,96	16,65	89,11	604,49	0,12	2,63	0,12	0,38	459,49	1,28
	ОБЕД											
ТТК	Икра из моркови	60	1,08	2,46	5,58	49,3	0,037	2,46	0,008	0,13	28,37	0,8
149	Суп крестьянский с крупой на курином бульоне	250	1,57	4,87	10,71	90,04	0,04	9,88	0,22	1,96	35,92	0,94
516	Макароны отварные	200	7,2	6,53	43,73	262,4	0,08	9,88	0,22	1,96	35,92	0,94
498	Котлеты рыбные с соусом	100	4,05	4,2	8,05	84,06	0,05	7,75	0,5	0,95	18,1	0,6
638	Компот из изюма	200	1,08	10,85	63,77	266	0,03	3,48	0,04	0,38	3,48	0,69
ПР	Хлеб ржаной	60	2,34	0,27	16,8	73,5	0,026	44,68	0	2,68	62,25	5,5
	ИТОГО	870	17,32	29,18	148,64	825,30	0,26	78,13	0,99	8,06	184,04	9,47
	ИТОГО ЗА	1350	1,64	45,83	237,75	1429,79	0,38	80,76	1,11	8,44	643,53	10,75

СОГЛАСОВАНО

Директор

УТВЕРЖДАЮ

ИП Васильев С.А.

Васильев С.А.

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С 1 ПО 4 КЛАССЫ

МЕНЮ НА

СБ	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe
ЗАВТРАК												
160	Суп молочный с макаронными изделиями	205	6,86	12	29,25	252,81	0,16	1,17	0,05	0,72	129,44	1,52
692	Кофейный напиток	200	0,54	0,1	8,58	33	0	1,38	0	0	0	0
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04	0	0	0,04	8	0,44
СП	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001	0	45	0,1	2,4	0,02
	ИТОГО	475,00	12,28	19,95	67,76	490,51	0,20	2,55	45,05	0,86	139,84	1,98
ОБЕД												
13	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	60	0,81	3,65	4,72	53,91	0,01	5,7	0	1,64	21,09	0,8
124	Щи из свежей капусты на курином бульоне со смет	205	1,52	4,94	6,49	79,76	0,05	18,04	0,21	1,92	33,19	0,63
259	Жаркое с говядиной и картофелем	225	12,6	6,5	19	283,7	0,2	12,69	0	4,8	41,53	3,09
685	Чай с сахаром	200	0,2	0	19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,49	7,11	0,11
пр	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04	0	0	4,03	14,4	2,24
	ИТОГО	750,00	17,95	15,69	50,61	620,37	0,31	41,71	2,70	14,88	117,32	6,87
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1225,00	30,23	35,64	118,37	1110,88	0,51	44,26	47,75	15,74	257,16	8,85

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В 5 — 11 КЛАССАХ

	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe
ЗАВТРАК												
160	Суп молочный с макаронными изделиями	205	6,86	12	29,25	252,81	0,16	1,17	0,05	0,72	129,44	1,52
692	Кофейный напиток	200	0,54	0,1	8,58	33	0	1,38	0	0	0	0
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04	0	0	0,04	8	0,44
СП	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001	0	45	0,1	2,4	0,02
	ИТОГО	475,00	12,28	19,95	67,76	490,51	0,20	2,55	45,05	0,86	139,84	1,98
ОБЕД												
13	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	60	0,81	3,65	4,72	53,91	0,01	5,7	0	1,64	21,09	0,8
124	Щи из свежей капусты на курином бульоне со смет	255	1,9	6,17	8,11	99,7	0,05	18,04	0,21	1,92	33,19	0,63
259	Жаркое с говядиной и картофелем	275	13,6	7,02	20,52	306,4	0	0	0	0	0	0
685	Чай с сахаром	200	0,2	0	19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,49	7,11	0,11
пр	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04	0	0	4,03	14,4	2,24
	ИТОГО	850,00	19,33	17,44	53,75	663,01	0,11	29,02	2,70	10,08	75,79	3,78
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1325	31,61	37,39	121,51	1153,52	0,31	31,57	47,75	10,94	215,63	5,76

СОГЛАСОВАНО

Директор

УТВЕРЖДАЮ

ИП Васильев С.А.

Васильев С.А.

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 — 4 КЛАССОВ

МЕНЮ НА

СБ	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Ca	Fe
ЗАВТРАК												
302	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	205	8,22	15,59	45,52	356,63	0,12	1,61	0,07	0,26	157,69	0,95
СП	Масло сливочное	10	5,75	5,97	0	90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04	0	0	0,04	8	0,44
687	Чай с сахаром	200	0,2	0	19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,249	7,11	0,11
	ИТОГО	475	18,97	22,16	95,12	662,23	0,18	7,06	2,62	2,68	392,80	1,75
ОБЕД												
ТТК	Салат их картофеля с сол. огурцом и горошком	60	0,43	3,384	0,858	35,41	0,047	9,18	0	1,09	15,5	0,35
140	Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	200	2,25	2,23	16,83	97,56	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	0,86
492	Плов с филе куриным	200	16,2	9,4	37,6	300	0	0	0	0	19,9	2,91
687	Чай с сахаром	200	0,2	0	19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,249	7,11	0,11
ПР	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04	0	0	4,03	14,4	2,24
	ИТОГО	720	21,90	15,61	75,69	635,97	0,19	31,74	2,75	8,55	78,87	6,47
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1195	40,87	37,77	170,81	1298,20	0,37	38,80	5,37	11,23	471,67	8,22

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В 5 — 11 КЛАССАХ

	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Ca	Fe
ЗАВТРАК												
302	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	205	8,22	15,59	45,52	356,63	0,12	1,61	0,07	0,26	157,69	0,95
СП	Масло сливочное	10	5,75	5,97	0	90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04	0	0	0,04	8	0,44
687	Чай с сахаром	200	0,2	0	19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,249	7,11	0,11
	ИТОГО	475	18,97	22,16	95,12	662,23	0,18	7,06	2,62	2,68	392,80	1,75
ОБЕД												
ТТК	Салат их картофеля с сол. огурцом и горошком	60	0,43	3,384	0,858	35,41	0,047	9,18	0	1,09	15,5	0,35
140	Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	250	1,81	5,03	13,57	109,28	0,08	6,04	0,23	1,94	17,98	0,78
492	Плов с филе куриным	250	20,3	11,8	47	375	0	0	0	0	24,8	3,6
687	Чай с сахаром	200	0,2	0	19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,249	7,11	0,11
ПР	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04	0	0	4,03	14,4	2,24
	ИТОГО	820	25,56	20,81	81,83	722,69	0,18	20,50	2,72	9,31	79,79	7,08
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1280	44,53	42,97	176,95	1384,92	0,36	27,56	5,34	11,99	472,59	8,83

СОГЛАСОВАНО
Директор

УТВЕРЖДАЮ
ИП Васильев С.А.
Васильев С.А.

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С 1 ПО 4 КЛАССЫ

МЕНЮ НА _____

СБ	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Ca	Fe
ЗАВТРАК												
302	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	205	6,2	9,53	42,48	290,77	0,15	0,99	0,06	0,18	111,31	1,18
СП	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001	0	45	0,1	2,4	0,02
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04	0	0	0,04	8	0,44
79	Чай черный с яблочным соком	200	0,5	10,2	24,1	94	0,14	20	100	0	0	0,58
	ИТОГО	475,00	11,58	27,58	96,51	589,47	0,331	20,99	145,06	0,32	121,7	2,22
ОБЕД												
139	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	200	4,11	4,27	15,6	118,63	0,18	10,98	0,22	1,96	27,78	1,64
39	Салат из помидор с маслом	50	0,4	1,9	2,00	24,40	1,30	10,00	4,40	5,30	0,90	0,20
302	Греча отварная рассыпчатая	150	5,33	4,35	19,95	140,5	0,08	0	0,053	0,55	14,49	4,65
498	Биточки из филе грудки	100	19,7	13,5	4,1	231	0,081	0	0,34	0	15,44	1,96
631	Компот из яблок	200	0,1	0,03	14,99	56,85	0	0	0	0	0	0
ПР	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04	0	0	4,03	14,4	2,24
	ИТОГО	760,00	32,46	24,65	57,24	697,38	1,681	20,98	5,013	11,84	73,01	10,69
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1235	44,04	52,23	153,75	1286,85	2,01	41,97	150,07	12,16	194,72	12,91
ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В 5-11 КЛАССАХ												
СБ	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Ca	Fe
ЗАВТРАК												
302	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	205	6,2	9,53	42,48	290,77	0,15	0,99	0,06	0,18	111,31	1,18
СП	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001	0	45	0,1	2,4	0,02
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04	0	0	0,04	8	0,44
79	Чай черный с яблочным соком	200	0,5	10,2	24,1	94	0,14	20	100	0	0	0,58
	ИТОГО	475	11,58	27,58	96,51	589,47	0,331	20,99	145,06	0,32	121,7	2,22
ОБЕД												
139	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	250	5,13	4,74	19,5	148,29	0,18	10,98	0,21	1,96	27,78	1,64
39	Салат из помидор с маслом	50	0,4	1,9	2	24,4	1,3	10,00	4,4	5,3	0,9	0,2
302	Греча отварная рассыпчатая	200	6,76	1,24	39,88	184	0,1	0	0,07	0,1	19,32	6,2
498	Биточки из филе грудки	100	19,7	13,5	4,1	231	0,081	0	0,34	0	15,44	1,96
631	Компот из яблок	200	0,1	0,03	14,99	56,85	0	0	0	0	0	0
ПР	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04	0	0	4,03	14,4	2,24
	ИТОГО	860	34,91	22,01	81,07	770,54	1,70	20,98	5,02	11,39	77,84	12,24
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1335	46,49	49,59	177,58	1360,01	2,03	41,97	150,08	11,71	199,55	14,46

СОГЛАСОВАНО

Директор

УТВЕРЖДАЮ

ИП Васильев С.А.

Васильев С.А.

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССАХ												
МЕНЮ НА												
	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe
ЗАВТРАК												
302	Каша манная молочная с маслом сливочным	205	10,4	7,57	51,16	88,83	0,25	0	0,07	0,73	17,88	5,53
685	Чай с сахаром	200	0,16	0,03	15,2	56,19	0	2,8	0	0,01	2,8	0,04
ПР	Сыр порциями	15	5,75	5,97	0	90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04	0	0	0,04	8	0,44
ИТОГО		480,00	21,11	14,17	96,16	373,62	0,30	2,97	0,13	0,91	248,68	6,26
ОБЕД												
71	Винегрет	40	0,88	3,05	5,39	51,42	0,02	21,61	0,13	1,39	24,34	0,32
ТТК	Суп картофельный с крупой на кур. бульоне	200	6,2	1	4,2	67	0,068	5,98	0,002	0,414	18,44	0,886
520	Картофельное пюре	150	8,38	6,1	41,26	257,86	0,2	0	0,02	0,59	14,41	4,45
471	Фрикадельки их говядины с соусом	85	7,47	8,37	8,05	139,1	0,03	0	0,02	2,86	18,26	1,14
ТТК	Компот из сухофруктов	200	0,16	0,16	27,87	108,96	0,01	1,6	0	0,16	4	0,4
ПР	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04	0	0	4,03	14,4	2,24
ИТОГО		735,00	25,91	19,28	87,37	750,34	0,37	29,19	0,17	9,44	93,85	9,44
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1215,00	47,02	33,45	183,53	1123,96	0,67	32,16	0,30	10,35	342,53	15,70
ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 — 11 КЛАССАХ												
	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe
ЗАВТРАК												
302	Каша манная молочная с маслом сливочным	205	10,04	7,57	51,16	88,83	0,25	0	0,07	0,73	17,88	5,53
685	Чай с сахаром	200	0,16	0,03	15,2	56,19	0	2,8	0	0,01	2,8	0,04
ПР	Сыр порциями	15	5,75	5,97	0	90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04	0	0	0,04	8	0,44
ИТОГО		480,00	20,75	14,17	96,16	373,62	0,30	2,97	0,13	0,91	248,68	6,26
ОБЕД												
71	Винегрет	40	0,88	3,05	5,39	51,42	0,02	21,61	0,13	1,39	24,34	0,32
ТТК	Суп картофельный с крупой на кур. бульоне	250	7,75	1,25	5,25	83,7	0,085	7,47	0,003	0,517	23,05	1,1
520	Картофельное пюре	200	9,3	6,78	45,84	286,51	0,2	0	0,02	0,59	14,41	4,45
471	Фрикадельки их говядины с соусом	105	7,47	8,37	8,05	139,1	0,03	0	0,02	2,86	18,26	1,14
ТТК	Компот из сухофруктов	200	0,16	0,16	27,87	108,96	0,01	1,6	0	0,16	4	0,4
ПР	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04	0	0	4,03	14,4	2,24
ИТОГО		855,00	28,38	20,21	93,00	795,69	0,39	30,68	0,17	9,55	98,46	9,65
		1335	49,13	34,38	189,16	1169,31	0,69	33,65	0,30	10,46	347,14	15,91

СОГЛАСОВАНО

Директор

УТВЕРЖДАЮ

ИП Васильев С.А.

Васильев С.А.

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 — 4 КЛАССАХ												
СБ	МЕНЮ НА	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Ca	Fe
	ЗАВТРАК											
302	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	205	8,4	9,53	42,48	290,82	0,16	1,16	0,04	0,19	120,21	1,28
648	Кисель ягодный из концентрата	200	0	0	14	52,4	0,01	1	4	0,2	0,2	0,04
СП	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001	0	45	0,1	2,4	0,02
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04	0	0	0,04	8	0,44
	ИТОГО	475,00	13,28	17,38	86,41	547,92	0,21	2,16	49,04	0,53	130,81	1,78
	ОБЕД											
тгк	Помидор в нарезке	30	0,24	0,06	1,56	6	6,3	0,075	0,015	0,1	3,75	0,225
142	Рассольник по-Ленинградски на мясном бульоне со смет	205	2,25	2,23	16,73	97,56	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	0,86
302	Каша пшеничная	150	8,38	6,1	41,26	257,86	0,2	0	0,02	0,59	14,41	4,45
ТТК	Котлета куриная припущенная с соусом	100	7,3	9,6	5,4	139	0,029	0,79	0	1,558	42,63	1,12
685	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	14,99	56,85	0	0	0	0	0	0
ПР	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04	0	0	4,03	14,4	2,24
	ИТОГО	745,00	21,09	18,62	80,54	683,27	6,66	18,15	0,30	7,46	97,15	8,90
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1220,00	34,37	36,00	166,95	1231,19	6,87	20,31	49,34	7,99	227,96	10,68
ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 — 11 КЛАССАХ												
	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Ca	Fe
	ЗАВТРАК											
302	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	205	8,4	9,53	42,48	290,82	0,16	1,16	0,04	0,19	120,21	1,28
648	Кисель ягодный из концентрата	200	0	0	14	52,4	0,01	1	4	0,2	0,2	0,04
СП	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001	0	45	0,1	2,4	0,02
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04	0	0	0,04	8	0,44
	ИТОГО	475,00	13,28	17,38	86,41	547,92	0,21	2,16	49,04	0,53	130,81	1,78
	ОБЕД											
тгк	Помидор в нарезке	30	0,24	0,06	1,56	6	6,3	0,075	0,015	0,1	3,75	0,225
142	Рассольник по-Ленинградски на мясном бульоне со смет	255	2,5	2,48	20,91	121,95	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	0,86
302	Каша пшеничная	200	9,3	6,78	45,84	286,51	0,2	0	0,02	0,59	14,41	4,45
ТТК	Котлета куриная припущенная с соусом	100	7,3	9,6	5,4	139	0,029	0,79	0	1,558	42,63	1,12
685	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	14,99	56,85	0	0	0	0	0	0
ПР	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04	0	0	4,03	14,4	2,24
	ИТОГО	845,00	22,26	19,55	89,30	736,31	6,66	18,15	0,30	7,46	97,15	8,90
	ИТОГО	1320	35,54	36,93	175,71	1284,23	6,87	20,31	49,34	7,99	227,96	10,68

СОГЛАСОВАНО

Директор

УТВЕРЖДАЮ

ИП Васильев С.А.

Васильев С.А.

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 - 4 КЛАССАХ												
МЕНЮ НА _____												
	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe
ЗАВТРАК												
333	Макароны отварные с сыром и маслом сливочным	217	9,7	9,22	27,69	233,83	0,05	0,14	0,07	0,83	65,05	0,87
	Какао с молоком	200	3,79	3,2	25,81	143	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	0,98
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04	0	0	0,04	8	0,44
	ИТОГО	477,00	18,29	13,02	83,30	515,43	0,13	1,44	0,09	0,88	198,17	2,29
ОБЕД												
ТТК	Икра из моркови	60	1,08	2,46	5,58	49,3	0,037	2,46	0,008	0,13	28,37	0,8
133	Суп рыбный с консервами	200	7	7,2	6,2	117,8	0	9,11	0	0	45,3	1,27
492	Плов с куриным филе	200	16,2	9,4	37,6	300	0	0	0	0	19,9	2,91
685	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	14,99	56,85	0	0	0	0	0	0
ПР	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04	0	0	4,03	14,4	2,24
	ИТОГО	720,00	27,20	19,69	64,97	649,95	0,08	11,57	0,01	4,16	107,97	7,22
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1197,00	45,49	32,71	148,27	1165,38	0,21	13,01	0,10	5,04	306,14	9,51
ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В 5- 11 КЛАССАХ												
	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe
ЗАВТРАК												
333	Макароны отварные с сыром и маслом сливочным	217	9,7	9,22	27,69	233,83	0,05	0,14	0,07	0,83	65,05	0,87
	Какао с молоком	200	3,79	3,2	25,81	143	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	0,98
ПР	Хлеб пшеничный	60	3,04	0,32	12,44	95	0,02	0	0	0,02	4	0,22
	ИТОГО	477,00	16,53	12,74	65,94	471,83	0,11	1,44	0,09	0,86	194,17	2,07
ОБЕД												
ТТК	Икра из моркови	60	1,08	2,46	5,58	49,3	0,037	2,46	0,008	0,13	28,37	0,8
133	Суп рыбный с консервами	250	8,75	9	7,75	130,5	0	9,11	0	0	45,3	1,27
492	Плов с куриным филе	250	20,3	11,8	47	375	0	0	0	0	19,9	2,91
686	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04	0	0	4,03	14,4	2,24
685	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	14,99	56,85	0	0	0	0	0	0
	ИТОГО	820,00	33,05	23,89	75,92	737,65	0,08	11,57	0,01	4,16	107,97	7,22
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1297,00	49,58	36,63	141,86	1209,48	0,19	13,01	0,10	5,02	302,14	9,29

СОГЛАСОВАНО

Директор

УТВЕРЖДАЮ

ИП Васильев С.А.

Васильев С.А.

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 — 4 КЛАССОВ

МЕНЮ НА												
	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Ca	Fe
ЗАВТРАК												
302	Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	205	5,88	6	31,89	339,44	0,08	1,31	0,09	0,3	129,08	0,56
79	Чай черный с яблочным соком	200	40	10,2	13,8	304	0,14	20	100		990	164
ПР	Сыр порциями	15	5,75	5,97	0	90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04	0	0	0,04	8	0,44
ИТОГО		480,00	56,43	22,77	75,49	872,04	0,27	21,48	100,15	0,47	1347,08	165,25
ОБЕД												
ТТК	Салат их картофеля с сол. огурцом и горошком	60	0,43	3,384	0,858	35,41	0,047	9,18	0	1,09	15,5	0,35
140	Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	200	2,25	2,23	16,83	97,56	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	0,86
259	Жаркое из говядины	225	14,06	33,71	18,95	377	0,42	7,73	0,42	0	32,79	3,45
ТТК	Напиток лимонный	200	0,16	22	0,04	83,4	0,06	4,6	8	0,04	6,6	0,12
ПР	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04	0	0	4,03	14,4	2,24
ИТОГО		745,00	18,52	44,29	51,11	625,73	0,17	37,59	8,37	4,22	70,92	2,19
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1225,00	74,95	67,06	126,60	1497,77	0,44	59,07	108,52	4,69	1418,00	167,44

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 - 11 КЛАССОВ

МЕНЮ НА												
	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Ca	Fe
ЗАВТРАК												
302	Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	205	5,88	6	31,89	339,44	0,08	1,31	0,09	0,3	129,08	0,56
79	Чай черный с яблочным соком	200	40	10,2	13,8	304	0,14	20	100	0	990	164
ПР	Сыр порциями	15	0,18	0,18	19,42	77	0,02	7,49	0,01	0,01	7,56	1,04
ПР	Хлеб пшеничный	60	3,02	0,32	19,44	95,2	0,04	0	0	0,04	8	0,44
ИТОГО		480,00	49,08	16,70	84,55	815,64	0,28	28,80	100,10	0,35	1134,64	166,04
ОБЕД												
ТТК	Салат их картофеля с сол. огурцом и горошком	60	0,43	3,384	0,858	35,41	0,047	9,18	0	1,09	15,5	0,35
140	Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	250	2,81	2,79	20,91	121,95	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	0,86
259	Жаркое из говядины	275	18,75	44,95	25,27	502,67	0,42	7,73	0,42	0	32,79	3,45
ТТК	Напиток лимонный	200	0,16	22	0,04	83,4	0,06	4,6	8	0,04	6,6	0,12
ПР	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04	0	0	4,03	14,4	2,24
ИТОГО		845,00	24,97	73,72	47,68	869,43	0,66	38,79	8,68	6,34	91,25	7,02
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1325,00	74,05	90,42	132,23	1685,07	0,94	67,59	108,78	6,69	1225,89	173,06

СОГЛАСОВАНО
Директор

УТВЕРЖДАЮ
ИП Васильев С.А.

Васильев С.А.

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 — 4 КЛАССАХ												
СБ	МЕНЮ НА	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe
	ЗАВТРАК											
302	Каша молочная овсяная	205	6,2	9,53	42,48	290,77	0,15	0,99	0,06	0,18	111,31	1,18
686	Чай с лимоном	200	0,16	0,16	27,87	108,96	0,01	1,6	0	0,16	4	0,4
СП	Масло сливочное	10	5,75	5,97	0	90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04	0	0	0,04	8	0,44
	ИТОГО	475,00	16,91	16,26	100,15	628,33	0,21	2,76	0,12	0,51	343,31	2,27
	ОБЕД											
71	Винегрет	60	0,88	3,05	5,39	51,42	0,02	21,61	0,13	1,39	24,34	0,32
140	Щи из свежей капусты на курином бульоне со сметаной	205	1,52	4,94	6,49	79,76	0,05	18,04	0,21	1,92	33,19	0,63
716	Рагу овощное с капустой, картофелем с соусом	200	2,88	8,34	15,2	202,8	0	12,6	0	0	56,4	1,14
ТТК	Биточки из филе грудки	100	19,7	13,5	4,1	231	0,081	0	0,34	0	15,44	1,96
492	Компот из сухофруктов	200	0,36	0	28,06	108,83	0,03	0	0	0,1	15,87	0,6
639	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04	0	0	4,03	14,4	2,24
ПР	ИТОГО	825,00	27,28	27,38	54,45	748,39	0,20	30,64	0,55	6,05	135,30	6,57
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1300,00	44,19	43,64	154,60	1376,72	0,41	33,40	0,67	6,56	478,61	8,84
ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 — 11 КЛАССАХ												
	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe
	ЗАВТРАК											
	Каша молочная овсяная	205	6,2	9,53	42,48	290,77	0,15	0,99	0,06	0,18	111,31	1,18
302	Чай с лимоном	200	0,16	0,16	27,87	108,97	0,01	1,6	0	0,16	4	0,4
686	Масло сливочное	10	5,75	5,97	0	90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25
СП	Хлеб пшеничный	60	3,04	0,32	12,44	95	0,02	0	0	0,02	4	0,22
	ИТОГО	475,00	15,15	15,98	82,79	584,74	0,19	2,76	0,12	0,49	339,31	2,05
	ОБЕД											
71	Винегрет	60	0,88	3,05	5,39	51,42	0,02	21,61	0,13	1,39	24,34	0,32
140	Щи из свежей капусты на курином бульоне со сметаной	255	1,9	6,17	8,11	99,7	0,05	18,04	0,21	1,92	33,19	0,63
716	Рагу овощное с капустой, картофелем с соусом	200	3,6	10,42	19	253,5	0	0	15,75	0	70,5	1,42
ТТК	Биточки из филе грудки	100	19,7	13,5	4,1	231	0,081	0	0,34	0	15,44	1,96
492	Компот из сухофруктов	200	0,36	0	28,06	108,83	0,03	0	0	0,1	15,87	0,6
639	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04	0	0	4,03	14,4	2,24
	ИТОГО	875,00	29,26	33,74	65,26	870,45	0,22	39,65	16,43	7,44	173,74	7,17
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1350,00	44,41	49,72	148,05	1455,19	0,41	42,41	16,55	7,93	513,05	9,22

СОГЛАСОВАНО
Директор

УТВЕРЖДАЮ
ИП Васильев С.А.

Васильев С.А.

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 — 4 КЛАССАХ												
МЕНЮ НА												
СБ	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества					
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Ca	Fe
ЗАВТРАК												
302	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	205	8,4	9,53	42,48	290,82	0,16	1,16	0,04	0,19	120,21	1,28
685	Чай с сахаром	200	0,16	0,03	15,2	56,19	0	2,8	0	0,01	2,8	0,04
ПР	Сыр порциями	15	5,75	5,97	0	90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04	0	0	0,04	8	0,44
ИТОГО		480,00	19,11	16,13	87,48	575,61	0,21	4,13	0,10	0,37	351,01	2,01
ОБЕД												
ТТК	Огурец соленый порц.	17	0,13	0,017	0,27	2,26	0,09	0,85	0,005	0,017	3,91	0,102
110	Борщ на мясном бульоне со сметаной	205	1,81	5,03	13,57	109,28	0,08	6,04	0,23	1,94	17,98	0,78
302	каша рисовая вязкая	180	4,88	8,14	47,83	199,5	0,03	3,48	0,04	0,38	3,48	0,69
371	Филе минтая тушеное с луком	100	9,29	1,78	3,29	65,76	0,06	1,03	0,04	0,38	35,34	0,1
ПР	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04	0	0	4,03	14,4	2,24
686	Чай с лимоном	200	1	0,03	14,99	56,85	0	0	0	0	0	0
ИТОГО		762,00	19,93	15,60	80,55	559,65	0,30	11,40	0,32	6,75	75,11	3,91
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1242,00	39,04	31,73	168,03	1135,26	0,51	15,53	0,42	7,12	426,12	5,92
ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 — 11 КЛАССАХ												
МЕНЮ НА												
СБ	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества					
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Ca	Fe
ЗАВТРАК												
302	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	205	8,4	9,53	42,48	290,82	0,16	1,16	0,04	0,19	120,21	1,28
685	Чай с сахаром	200	0,16	0,03	15,2	56,19	0	2,8	0	0,01	2,8	0,04
ПР	Сыр порциями	15	5,75	5,97	0	90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04	0	0	0,04	8	0,44
ИТОГО		480,00	19,11	16,13	87,48	575,61	0,21	4,13	0,10	0,37	351,01	2,01
ОБЕД												
ТТК	Огурец соленый порц.	30	0,24	0,03	0,48	4	0,01	1,5	0,01	0,03	6,9	0,18
110	Борщ на мясном бульоне со сметаной	255	1,81	5,03	13,57	109,28	0,08	6,04	0,23	1,94	17,98	0,78
302	каша рисовая вязкая	200	6,5	10,85	63,77	266	0,03	3,48	0,04	0,38	3,48	0,69
371	Филе минтая тушеное с луком	100	9,29	1,78	3,29	65,76	0,06	1,03	0,04	0,38	35,34	0,1
686	Чай с лимоном	200	3,12	0,36	12,48	98	0,02	0	0	0,02	4	0,22
ПР	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04	0	0	4,03	14,4	2,24
ИТОГО		845,00	23,78	18,65	94,19	669,04	0,24	12,05	0,32	6,78	82,10	4,21
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1325,00	42,89	34,78	181,67	1244,65	0,45	16,18	0,42	7,15	433,11	6,22

СОГЛАСОВАНО

Директор

УТВЕРЖДАЮ

ИП Васильев С.А.

Васильев С.А.

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 — 4 КЛАССАХ												
МЕНЮ НА		Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
Наименование блюда			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Ca	Fe
ЗАВТРАК												
160	Суп молочный с макаронными изделиями со сл маслом	205	6,86	12	29,25	252,81	0,16	1,17	0,05	0,72	129,44	1,52
958	Кофейный напиток	200	0,54	0,1	8,58	33	0	1,38	0	0	0	0
СП	Масло сливочное	10	5,75	5,97	0	90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04	0	0	0,04	8	0,44
ИТОГО		475,00	17,95	18,67	67,63	514,41	0,21	2,72	0,11	0,89	357,44	2,21
ОБЕД												
13	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	60	0,81	3,65	4,72	53,91	0,01	5,7	0	1,64	21,09	0,8
142	Рассольник по-Ленинградски на мясном бульоне со сметан	205	2,25	2,23	16,73	97,56	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	0,86
302	Греча вязкая	150	5,33	4,35	19,95	140,48	0,08	0	0,053	0,55	0	4,65
ТТК	Филе куриное в томатном соусе	80	11,52	4,08	2,16	92,16	0,042	1,55	0,0029	1,88	13,36	0,941
ПР	Хлеб пшеничный	30	3,12	0,36	12,48	98	0,02	0	0	0,02	4	0,22
685	Чай с сахаром	200	0,16	0,03	15,2	56,19	0	2,8	0	0,01	2,8	0,04
ИТОГО		725,00	23,19	14,70	71,24	538,30	0,24	27,33	0,32	5,28	63,21	7,51
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1200,00	41,14	33,37	138,87	1052,71	0,45	30,05	0,43	6,17	420,65	9,72
ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 — 11 КЛАССАХ												
Наименование блюда		Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Ca	Fe
ЗАВТРАК												
160	Суп молочный с макаронными изделиями со сл мас	205	7,62	13,3	32,5	280,9	0,16	1,17	0,05	0,72	129,44	1,52
958	Кофейный напиток	200	0,54	0,1	8,58	33	0	1,38	0	0	0	0
СП	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001	0	45	0,1	2,4	0,02
ПР	Хлеб пшеничный	30	3,04	0,32	19,44	95,2	0,04	0	0	0,04	8	0,44
ИТОГО		445	11,28	20,97	60,65	475,20	0,20	2,55	45,05	0,86	139,84	1,98
ОБЕД												
13	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	60	0,81	3,65	4,72	53,91	0,01	5,7	0	1,64	21,09	0,8
142	Рассольник по-Ленинградски на мясном бульоне со сметан	255	2,5	2,48	20,91	121,95	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	0,86
302	Греча вязкая	200	7,1	5,8	26,6	187,3	0,08	0	0,053	0,55	14,49	4,65
ТТК	Филе куриное в томатном соусе	80	11,52	4,08	2,16	92,16	0,042	1,55	0,0029	1,88	13,36	0,941
ПР	Хлеб пшеничный	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04	0	0	4,03	14,4	2,24
685	Чай с сахаром	200	0,16	0,03	15,2	56,19	0	2,8	0	0,01	2,8	0,04
ИТОГО		855,00	24,91	16,64	70,19	637,51	0,26	27,33	0,32	9,29	88,10	9,53
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1300,00	36,19	37,61	130,84	1112,71	0,46	29,88	45,37	10,15	227,94	11,51

СОГЛАСОВАНО

Директор

УТВЕРЖДАЮ

ИП Васильев С.А.

Васильев С.А.

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 — 4 КЛАССАХ**МЕНЮ НА**

СБ	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe
ЗАВТРАК												
302	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	205	21,8	24,93	25,17	291,11	0	0,4	0	0,7	86,3	0,3
648	Кисель ягодный из концентрата	200	0	0	14	52,6	0,01	1	4	0,2	0,2	0,04
СП	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001	0	45	0,1	2,4	0,02
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04	0	0	0,04	8	0,44
ИТОГО		475,00	26,68	32,78	69,10	548,41	0,05	1,40	49,00	1,04	96,90	0,80
ОБЕД												
ТТК	Огурец в нарезке	30	0	0,03	0,75	4,2	0,009	3	3	0,03	6,9	0,18
149	Суп Крестьянский с крупой на курином бульоне	200	1,57	4,87	10,71	90,04	0,04	9,88	0,22	1,96	35,92	0,94
ТТК	Капуста тушеная	160	2,56	0,32	5,36	44,88	0,048	92	0,001	0,16	76,8	0,96
ТТК	Котлета куриная припущенная с соусом	100	7,3	9,6	5,4	139	0,029	0,79	0	1,558	42,63	1,12
639	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04	0	0	4,03	14,4	2,24
685	Чай с сахаром	200	0,2	0	19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,49	7,11	0,11
ИТОГО		720,24	14,48	16,14	46,07	476,93	3,17	110,95	2,74	17,10	177,04	5,37
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1195,24	41,16	48,92	115,17	1025,34	3,22	112,35	51,74	18,14	273,94	6,17

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 — 11 КЛАССАХ

СБ	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe
ЗАВТРАК												
302	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	205	21,8	24,93	25,17	291,11	0	0,4	0	0,7	86,3	0,3
648	Кисель ягодный из концентрата	200	0	0	14	52,6	0,01	1	4	0,2	0,2	0,04
СП	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001	0	45	0,1	2,4	0,02
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04	0	0	0,04	8	0,44
ИТОГО		475	26,68	32,78	69,10	548,41	0,05	1,40	49,00	1,04	96,90	0,80
ОБЕД												
ТТК	Огурец в нарезке	30	0	0,03	0,75	4,2	0,009	3	3	0,03	6,9	0,18
149	Суп Крестьянский с крупой на курином бульоне	250	1,57	4,87	10,71	90,04	0,04	9,88	0,22	1,96	35,92	0,94
ТТК	Капуста тушеная	200	3,2	0,4	6,7	56	0,06	115	0,001	0,2	96	1,2
ТТК	Котлета куриная припущенная с соусом	100	7,3	9,6	5,4	139	0,029	0,79	0	1,558	42,63	1,12
639	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04	0	0	4,03	14,4	2,24
685	Чай с сахаром	200	0,2	0	19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,49	7,11	0,11
ИТОГО		840,00	15,33	15,50	43,96	492,24	0,19	133,95	5,71	10,27	202,96	5,79
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1315,00	42,01	48,28	113,06	1040,65	0,24	135,35	54,71	11,31	299,86	6,59